

# Sesto Comandamento IL TUO CUORE SIA FEDELE E LIMPIDO

«NON SAPETE CHE IL VOSTRO CORPO È TEMPIO DELLO SPIRITO SANTO CHE È IN VOI?» (1 CORINZI 6,19)



## IL PERCORSO

Sono caduti i tabù e saltati i confini del buon gusto e delle regole. In televisione, su internet, nelle riviste, alla tivù imperversa l'overdose di scene ammiccanti, di battute a doppio senso e di gesti equivoci. Qualcuno applaude, in nome della libertà, sbandierando come una conquista il «faccio quello che mi pare e piace» e «se mi va, perché non posso farlo?».

Sembra definitivamente tramontata la distinzione tra il ciò che è giusto e sbagliato, tra lecito e proibito. Passa per «bacchettoni» chi definisce «spazzatura» il menu offerto sugli schermi. E, più ancora, nella vita. La trasgressione diventa legge. Anche una scelta come l'adulterio rientra nella normalità, tanto che fa più notizia la coppia unita di quella... «scoppiata» più volte.

Alla base di ogni separazione c'è un «divorzio» fatale tra amore e fedeltà, amore e sessualità. Si tratta l'altra persona come un giocattolo che va bene finché diverte. Ci si dimentica che è un individuo da amare, al di là delle difficoltà e delle incomprensioni.



## IL NAVIGATORE SATELLITARE

Cam è contento del suo piccolo mondo, unito e sereno. Ma il suo note book gli invia notizie meno allegre.

### ● Il «truccatore» di soldi

Nel Medioevo veniva chiamato «adulteratore» chi falsificava le monete, un bene che doveva garantire gli interessi di tutti. Di conseguenza passava per un imbroglione, un furfante.

### ● La colpa fu...

Una delle teorie più strane, divulgata di recente, dà la colpa delle «scappatelle» coniugali a una indefinita ghiandola dell'organismo umano e non a una scelta libera e personale. Spiegazione curiosa, anche comoda e soprattutto incredibile!

### ● Primi in Europa

L'Italia è al primo posto in Europa nella produzione di film a luci rosse (300 ogni anno). Nella Penisola si vendono 400 mila video di contenuto «piccante». Il fatturato annuale americano dell'industria del porno si aggira sui 13 miliardi di dollari e su-

pera quello della Coca Cola. Su 153 milioni di navigatori on line, 147 milioni hanno visitato almeno una volta un sito hard.

### ● Coppia in crisi

Le statistiche parlano chiaro e, purtroppo, in negativo: la coppia crolla sotto i colpi di tradimenti e divorzi. Le rotture, in Italia, sono triplicate nell'ultimo anno rispetto a quelle del 1980: oggi si contano 64.622 separazioni e 33.852 divorzi.

## CURIOSITÀ

**T** Secondo un'antica abitudine, durante la celebrazione del matrimonio ebraico si rompe un bicchiere di vetro. «Una delle ragioni di questa tradizione», disse il rabbino Nachman di Bratislava, «è di ricordare all'uomo che, anche se la moglie si rivelerà di pessimo carattere, non dovrà tradirla né divorziare, perché è grazie a lei che egli ha la possibilità di convertirsi e di non andare all'inferno dopo la morte».

**A** Il marito, nella tradizione ebraica, è il signore della coppia e della famiglia. Versando una dote al padre della futura moglie, afferma che il matrimonio è compiuto secondo le regole. La dote servirà da garanzia alla donna in caso di ripudio o vedovanza.



## IL NUOVO CODICE

«Nessuno può dire di amare davvero una persona se pensa soltanto al suo corpo!». La citazione, incontrata navigando a caso, fa suscitare il saggio Mellone. «Non c'ero ancora arrivato», commenta. E ne trova conferma nella storia di Susanna.

## I DUE VECCHIONI

Susanna è una donna affascinante e felicemente sposata. Tra gli amici di famiglia ci sono anche degli anziani. Fanno i giudici di professione ma hanno il cuore tutt'altro che limpido. Si accorgono che Susanna ha l'abitudine di farsi una passeggiata in giardino. Sono attratti dalla sua bellezza al punto da perdere la testa per lei. L'occasione ghiotta per incontrarla sola si presenta in un giorno di sole. Susanna si tuffa nella piscina per un bagno rinfrescante. Le sue ancelle si ritirano in casa, lasciando il campo libero ai vecchioni stracotti. I due escono dal nascondiglio e incominciano le avances: «Ci piaci da morire. Se ci stai, bene, altrimenti ti porteremo in tribunale. E ti diremo che ti sei divertita con un avvenente giovane...».

Susanna è sconvolta. Non pensa minimamente di tradire la propria scelta matrimoniale. Scoppia a piangere e a urlare per richiamare l'attenzione delle serve. Presi in contropiede, i due «attentatori» si precipitano ad aprire la porta del giardino. Accorrono in tanti e rimangono allibiti al racconto dei giudici. I quali trascinano Susanna in tribunale. La accusano di adulterio e ne chiedono la condanna a morte. L'imputata si sente svenire, ma ha la forza di pregare Dio tra le lacrime: soltanto lui può liberarla dalla calunnia.

E il Signore la ascolta. Prende la parola Daniele, un giovane onesto e intelligente, che chiede di interrogare separatamente i due accusatori: «Quale sarebbe l'albero sotto il quale è avvenuto l'incontro tra Susanna e il giovane?», chiede. «Un lentisco», risponde il primo giudice. «E tu», domanda poi al secondo, «sotto quale pianta hai visto i due?». «Un leccio».

L'assemblea accompagna la risposta con un «ohhh!» ironico. La calunnia dei due è così smascherata. I presenti, allora, insieme a Susanna, ringraziano Dio per aver salvato un'innocente dal cuore limpido e fedele.

(Rielaborato dal libro di Daniele 13,1-64)

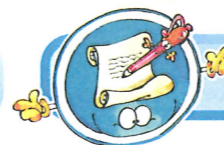
## DI TUTTO, DI PIÙ

**\*** perdere la testa: l'espressione indica l'atteggiamento maniacale dei due vecchioni. Si capisce subito che a loro interessa soltanto il corpo di Susanna, non il rispetto della legge e della «moralità».

**\*** adulterio: è vietato dalla Legge ebraica. Si verifica quando una donna sposata tradisce il marito. Oppure quando un uomo ha rapporti con una donna sposata. La trasgressione viene punita con sanzioni diverse: sempre con l'uccisione della donna a colpi di pietre, mentre con una somma in denaro o il matrimonio riparatore quando l'uomo trasgredisce con una donna non sposata o una ragazza fidanzata.

## DOCUMENTO DI CIRCOLAZIONE

**↑** «Portiamo dentro di noi il senso che il corpo umano è chiamato alla risurrezione e che dovremmo preoccuparci di mantenere la sua dignità?».  
(Giovanni Paolo II)



## APPUNTI

**⚠** Che cosa vuol dire il Sesto Comandamento: «Non commettere adulterio» (Esodo 20,14)?

È questa la formulazione originaria delle «Dieci Parole», tradotta nella tradizione cattolica in: «Non commettere atti impuri». Indica la proibizione di qualsiasi «adulterazione» o «falsificazione» del comportamento dell'uomo e della donna nei confronti degli altri o di se stessi. In una visione più positiva è un invito a vivere con rispetto il valore della sessualità, nella logica della donazione.

● La proibizione della Legge si fonda su una piattaforma giuridica:



La fedeltà è la garanzia sicura per una famiglia unita.

1. La donna è «proprietà» dell'uomo; chi compie un adulterio con lei calpesta un bene privato del marito. Di conseguenza soltanto il marito può divorziare dalla moglie o abbandonarla e non viceversa. La donna, come si vede, non conta nulla;

2. La fedeltà è garanzia che i discendenti dell'uomo saranno sempre suoi e non figli illegittimi.

● Il divieto vale anche per l'uomo: non può tradire con donne sposate o fidanzate. Questa visione parziale viene poi estesa anche ai rapporti coniugali vissuti fuori dal matrimonio.

● La lezione finale è: non separare il sesso dall'amore (come avviene con la prostituzione) e l'amore dalla fedeltà (= ripetere ogni giorno il primo «sì»). La fedeltà degli sposi garantisce la stabilità della famiglia.

Il no all'adulterio è un invito implicito a vivere l'amore come segno della fedeltà di Dio.

## ...VISTO DA GESÙ

● Nel confronto con i professori della Bibbia, Gesù afferma che il divorzio, ammesso da Mosè «a motivo della durezza del cuore», non rientra nel programma di Dio. Anzi, lo sconvolge in quanto l'uomo e la donna sono chiamati a diventare «una carne sola», a fondersi in un unico progetto di vita, condiviso fedelmente e per sempre (Matteo 19,3-9);

● salva la donna sorpresa in adulterio dalla lapidazione in quanto persona, ma condanna severamente il suo peccato (Giovanni 8,1-11);

● dichiara «fortunati i puri di cuore» (Matteo 5,8), chiedendo di guardare non all'esteriorità ma alla purezza interiore, al cuore da cui partono i pensieri giusti e quelli sbagliati, la fedeltà e i tradimenti.

## LA PRECEDENZA

**⚠** È arrivata in Italia con l'illusione di un lavoro. Ha trovato, invece, l'inferno, su una strada di periferia dove l'hanno spedita quelli della «mala» a fare «la bella di notte». Mariàn T., rumena, si ribella, ma viene pestata a sangue. Una sera viene avvicinata da un gruppo di giovani. Si presentano: sono «gli amici di Lazzaro», un'associazione che aiuta le ragazze a rifarsi una vita.

Mariàn capisce che è l'occasione della vita. «Portatemi via da qui, vi prego». Insieme ai volontari studia il piano per «sparire». Viene portata in una comunità dove inizia la risalita dai sotterranei della vita verso la luce. Da più di un anno il suo corpo non è più merce da consumo. Ora aiuta le sue ex-compagne di lavoro che vogliono uscire dall'inferno e trovarsi un posto al sole.

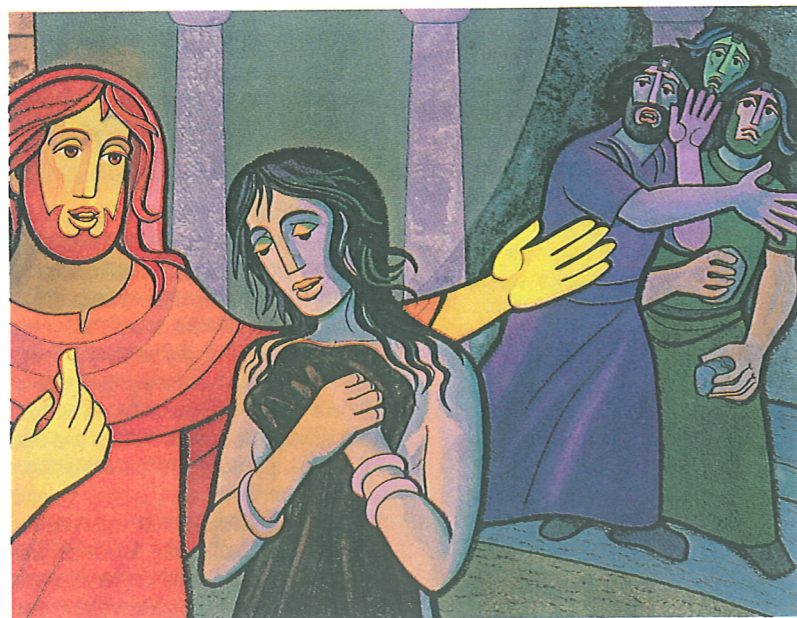


Sara è una patita al punto giusto del fitness: soltanto un fisico ben allenato può permetterle di star bene nella propria pelle e lavorare al meglio. E ti invita a fare altrettanto.

IL CANTIERE

● **Doping & Co.**

Il doping è entrato in quasi tutti gli sport. Periodicamente vengono «pizzicati» ciclisti, calciatori, sciatori che fanno uso di sostanze dopanti. Che pensi di questo ricorso alla «chimica» per migliorare le proprie prestazioni atletiche? Proponi una tavola rotonda sull'argomento con la partecipazione del prof di scienze e quello di educazione fisica. Prepara una lista di domande da proporre agli esperti e il sondaggio effettuato in precedenza con i pareri dei tuoi compagni.



Per la donna che ha tradito il marito sono pronte le pietre della lapidazione. Gesù la mette in salvo con il suo perdono e con l'invito a non peccare più.



LA PIAZZOLA

Nella piazzola con il gioco agile il divertimento è sempre più facile.

COPPIE IN GIOCO

**Giocatori:** in numero variabile, purché sia pari e possibilmente maschi e femmine in eguale numero.

Un gruppo a rotazione impersonerà i «conquistatori» e un gruppo i «conquistati».

**Occorrente:** alcuni cartoncini colorati.

**Preparazione:** scrivere una serie di cartoncini con numeri segreti a cinque cifre per i conquistatori.

Scrivere una seconda serie di cartoncini con numeri segreti per i conquistati, ricopiati due volte.

**Regole:** decidere quale gruppo farà i conquistatori e quale quello dei conquistati.

Ai conquistatori si consegna un cartoncino identità e un cartoncino dell'a-

● **Appeal!**

La pubblicità da sempre ricorre ad immagini femminili e maschili per lanciare un nuovo prodotto sul mercato. Il più delle volte gioca sui doppi sensi e su atteggiamenti provocanti. Con il tuo in-

nima gemella. Al via, i conquistatori cominciano a girare alla ricerca dell'anima gemella.

Devono rincorrere i conquistati e una volta toccati possono chiedere una cifra del suo numero segreto dando uno dei cartoncini colorati.

Se i cartoncini quadrati finiscono, bisogna prenderne un altro alla base, superando una piccola prova proposta dall'animatore.

Quando si sono recuperati tutti e cinque i numeri dell'anima gemella, possono dichiararsi, e stringere la mano all'anima gemella.

**NB:** non c'è bisogno di avere tutte le cifre. Quando un conquistatore pensa di aver trovato il suo conquistato può dichiararsi subito, ma se ha sbagliato colpo verrà eliminato.

**Vince:** il conquistatore che per primo ha ritrovato la sua anima gemella.

**Messaggio Nascosto:** occorre fatica per incontrare la persona giusta! Bisogna conoscersi, superare molte prove...

Anche per trovare l'anima veramente gemella, il più delle volte, bisogna fare così anche nella vita.

segnante di religione analizza alcune riviste e il modo con cui il corpo viene utilizzato come réclame. Commentate, quindi, le immagini, gli slogan, l'uso che viene fatto della persona e i rischi della sua strumentalizzazione.



I SEGNALI

**Limite di velocità.**

La vita affettiva è piena di gesti che hanno significati diversi. Non dici al primo che incontri: «Ti amo!».

Un complimento così importante lo riservi a una persona speciale per te. Inserisci, cioè, il «regolatore di velocità» come i piloti di Formula 1 quando dalla pista rientrano nella corsia dei box.

Nella vita affettiva bisogna andare al giusto... ritmo.

C'è un tempo per tutto e non vanno bruciati troppo in fretta quei gesti che esprimono una grande donazione di sé.

In che cosa ti sembra di superare, oltre il consentito, il limite di velocità (amicizia, innamoramento,...)?

Trovi giusto bruciare le tappe nelle relazioni con gli altri?

IL FOGLIO ROSA



È da un vita che Mello insegue la forma fisica perfetta e un fisico veramente bestiale. Gambe storte a parte, il suo padroncino Cam gli ricorda un antico slogan latino, opportunamente adattato: «Anima sana in corpore sano!» (un'anima in salute in un corpo in forma). E gli propone uno di questi tre impegni... Sono anche alla tua portata: realizzali!

**PATENTE A:** se è vero che «l'apparenza inganna» non fermarti ad osservare soltanto la «carrozzeria» esterna di una persona, ma vai oltre. Individua le sue qualità meno appariscenti, eppure fondamentali, osservando attentamente come si comporta un amico/a. Ti abituerai a non giudicare soltanto dal look e dalla bellezza esteriore, ma da altre doti altrettanto, se non più, importanti.

**PATENTE B:** preferisci lo sport del telecomando e del joystick a quello più faticoso di un campo da gioco? Almeno una volta la settimana, organizza un torneo (calcio, pallavolo, basket, tennis...), coinvolgendo il maggior numero di amici possibile. Potresti trasformarlo in una «partita del cuore», destinando i soldi dell'iscrizione a favore di qualche famiglia in difficoltà (passando per la Caritas parrocchiale).

**PATENTE C:** troppe persone al mondo soffrono e muoiono per colpa di chi sfrutta il loro corpo: donne spedite sulla strada, bambini costretti a un lavoro nero, ragazzi assoldati dalla malavita...

Sono problemi troppo grandi per te. Eppure puoi fare qualcosa aiutando chi li aiuta (associazioni, volontariato, gruppi...). Parla con loro di qualche caso drammatico a tua conoscenza, oppure regala qualcosa di tuo (vestiti, soldi, tempo...) che verrà girato ai meno fortunati di te.

DIARIO DI BORDO

A conclusione di questa nuova puntata, scrivi:

1. La frase che ti è piaciuta di più:



QUIZZANDO ...S'IMPARA

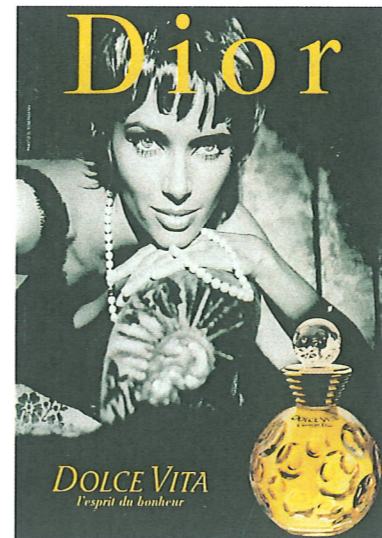
Non è stata sicuramente una puntata facile. Merita un veloce ripasso:

1. Il comandamento riguarda:  
 A le persone sposate  
 B le donne  
 C tutti

2. Chi è l'adultero?  
 A chi falsifica i soldi  
 B chi tradisce il coniuge  
 C chi altera i cibi

3. L'antica Legge ebraica proibiva alla donna di tradire il marito perché:  
 A era ritenuta sua schiava  
 B non contava nulla  
 C era considerata sua proprietà

4. Gesù dichiara «beati i puri...» quelli che:  
 A hanno il cuore limpido e fedele  
 B amano l'igiene  
 C fanno i furbi



La pubblicità usa in maniera disinvolta il corpo femminile e maschile per lanciare i prodotti. Non si sta esagerando?

2. Le parole che ti dicono qualcosa di grande:

3. L'impegno per i prossimi giorni:



PIT STOP

Vanno forti i palestrati e le modelle. Credono che la bellezza sia il massimo di una persona. Dimenticano che se «dentro» il motore non gira e non è rifornito dal «carburante» giusto, prima o poi finiscono in un angolo, dimenticati dagli altri e delusi di se stessi.

Un sistema infallibile per non andare «fuori giri» è quello di pensare che quella straordinaria macchina del corpo umano è un dono del Progettista e Costruttore principale raggiunto «telefonicamente» con una preghiera.

SONO BELLA E ME NE VANTO

Sento gli occhi puntati su di me. Ne godo da matta. Mi vedo bella, straordinariamente bella. Ho un fisico da schianto, che fa girare la testa ai miei compagni.

Con un tocco di rossetto e una spolverata di fard non temo concorrenza. Potrei fare la valletta in tivù o recitare una parte in un film.

Calma, calma! Chi mi credo di essere? Miss Mondo o miss testa-vuota? La bellezza, Signore, mi fa brutti scherzi. Dovrei pensare che è un tuo dono, e poi non serve a niente se non sono bella e grande anche «dentro».

Non posso puntare solo sui miei occhi di smeraldo «per essere qualcuna». Così mi butto in pasto all'ingordigia di chi vede unicamente il corpo e non l'anima, il look e non l'intelligenza e il cuore.

Voglio dirti grazie, o Dio, per come mi hai fatta. Dammi la forza di diventare come mi vuoi tu: una persona che si sente grande per quello che è e non soltanto per il fisico che ha.

.....  
 .....  
 .....  
 .....  
 .....